

# Bougez les Pitchouns avec Premières balles !



## RESPECT DES RECOMMANDATIONS CHEZ L'ENFANT

### AVANT 2 ANS

Temps écran = 0

APS : au moins 3h par jour



25 % ne regardent pas la TV

TV 120 min /j en moyenne

K.L. Downing et al. Prev. Med 2015;78: 105-14



### 2 à 5 ANS

Temps écran: <1h / jour

APS: au moins 3h par jour



25 % > 3h/j écrans

80 % ne font pas  
1h AP chaque jour



### 6 à 17 ANS

Temps écrans : < 2h / jour

APS: ≥ 1h chaque jour  
d'AP d'intensité modérée  
à élevée



Ecrans 66% > 3h/j

APS Moins de 5% 1h/ J  
Filles +++

